
Vorwort

Die Erkenntnisse der Psychologie sind eine wichtige Grundlage für die Arbeit im psychosozialen Feld. Sie geben Ihnen, liebe Leser*in, für Ihr professionelles Handeln Hilfestellung; die Psychologie hat nämlich umfassende Einsichten in das Verhalten und Erleben des Menschen gewonnen, welche sie beschreibt, erklärt und voraussagt. Sie fördert dadurch nicht nur das Verständnis für menschliches Verhalten, sondern gibt auch praktische Hilfen für den Umgang mit Menschen an die Hand und stellt damit für Ihre psychosoziale Arbeit wertvolles Werkzeug bereit.

Die Erforschung des Menschen geschieht aus unterschiedlichen Perspektiven: Die Psychologie betrachtet Prozesse innerhalb des Menschen wie auch den Menschen in seinen Beziehungen zu seiner Umwelt. So bezeichnet die *Entwicklungspsychologie* den Menschen als Produkt und Produzenten seiner Entwicklung, d. h. als eine Mischung aus Anlage- und Umwelteinflüssen und dem dynamischen Zusammenspiel von beidem. Darüber hinaus entwickeln sich Menschen ihr Leben lang, sie verändern sich durch die Bewältigung von Lebensereignissen und Herausforderungen. Bei der Bewältigung solcher Krisen gibt es günstige und ungünstige Strategien. Im günstigen Fall werden Krisen bewältigt, und Menschen entwickeln Ressourcen. Sie als psychosoziale Fachkraft werden aber auch mit Menschen zu tun haben, die Schwierigkeiten haben, Krisen konstruktiv zu bewältigen. Die Psychologie liefert Rüstzeug für die Krisenbewältigung. Die Psychologie beschäftigt sich auch mit dem Zusammenhang zwischen Körper und seelischem Erleben und erforscht z. B. die Frage, wie psychischer Stress die Gesundheit beeinflusst. Häufig sind Menschen wegen ihrer psychischen Krankheit in ihre gegenwärtige Situation, z. B. die Arbeitslosigkeit oder die Scheidung, geraten. Die *Klinische Psychologie* hat Verfahren entworfen, psychische Krankheiten zu diagnostizieren, und Therapien entwickelt, diese zu heilen. Sie stellt Theorien aus biologischer, psychosomatischer, neurophysiologischer, psychoanalytischer, behavioristischer, humanistischer und kognitiver Sicht über den Menschen bereit. Aus der Klinischen Psychologie stammen zahlreiche Präventions- und Interventionsprogramme, die das Ziel haben, Erziehungs- und Lebenskompetenzen zu stärken. Zu Erziehungs- und Lebenskompetenzen gehören z. B. die Fähigkeiten, Konflikte konstruktiv und gewaltfrei zu lösen, empathisch mit sich selbst und anderen zu sein und eine wertschätzende Haltung anderen gegenüber einzunehmen. Diese sozial-emotionalen Kompetenzen sind wichtige Berufskompetenzen für Ihre spätere Arbeit. Sie werden im Kapitel über *Psychische Gesundheit* ausgeführt.

Die *Sozialpsychologie* erklärt, wie Menschen sich in sozialen Kontexten verhalten und warum sie das tun. Wichtige Fragen der Sozialpsychologie sind beispielsweise, wie Vorurteile und Diskriminierung entstehen, unter welchen Bedingungen sich Menschen hilfsbereit verhalten, welche Kontextmerkmale dazu beitragen, dass sie autoritätshörig sind, unter welchen Bedingungen sie gewalttätiges Verhalten nachahmen, wie konformes Verhalten entsteht und vieles mehr. Allem menschlichen Verhalten liegen umfangreiche Lernprozesse zugrunde. Sie erklären, wie Verhalten gelernt wurde, welche Gefühle und Gedanken damit einhergehen und wie man Verhalten auch wieder verlernen kann. Was treibt menschliches Handeln an, welche Motivationslagen lassen sich unterscheiden, und wie wird das alles vom Gehirn gesteuert? Dieses psychologische Grundlagenwissen finden Sie im Kapitel zur *Kognitiven Psychologie* und *Psychosomatik*.

Aus diesen für Sie relevanten Fachdisziplinen haben wir relevante Theorien und Befunde für Ihren Beruf zusammengestellt. Das Auswahlkriterium der Relevanz sowie die Devise des „Weniger ist mehr“ widersprechen dem Ziel der Vollständigkeit. Wir finden es sinnvoller, Denk- und Handlungsweisen der Psychologie exemplarisch anhand einiger weniger zentraler Theorien ausführlicher darzustellen, anstatt eine Vielzahl von Theorien in Kürze zu streifen. Den Bezug der jeweiligen Theorie zur beruflichen Arbeit erläutern wir unter dem Stichwort „Berufsrelevanz“. Auch zahlreiche Beispiele aus dem Berufsleben sollen die Anwendung psychologischer Erkenntnisse auf den Berufsalltag verdeutlichen. Natürlich grübelt man bei der Auseinandersetzung mit psychologischen Themen darüber nach, was diese mit einem selbst zu tun haben. Unter dem Stichwort „Übung“ haben wir dazu kleine Vorschläge zur Selbstreflexion eingefügt. Nicht zuletzt ist die Psychologie eine empirische Wissenschaft, d. h. sie hat viele Erkenntnisse aus Experimenten gewonnen und auf dieser Basis Theorien entworfen. Einige ausgewählte Experimente lernen Sie in den „Exkursen“ kennen. Die Exkurse dienen auch dazu, den Horizont zu erweitern: In ihnen werden z. B. Präventionsprogramme vorgestellt oder kulturelle Werthaltungen verglichen. Alle wichtigen Begriffe werden unter dem Begriff „Definition“ erklärt. „Merksätze“ ergänzen die Definitionen mit prägnanten Schlagworten und weisen kritisch oder ergänzend auf Anwendungsmöglichkeiten der geschilderten Theorien hin. „Zusammenfassungen“ und „Aufgaben“ am Ende der einzelnen Kapitel dienen der eigenen Lernkontrolle. Weitere Materialien inklusive der Antworten finden Sie unter www.lehrbuchpsychologie.springer.com.

Wundern Sie sich nicht, wenn Ihnen dieselben grundlegenden psychologischen Konzepte mehrfach in diesem Buch begegnen. Konzepte und Theorien wie etwa das Empathiekonzept, das Konzept der gelernten Hilflosigkeit, der Selbstwirksamkeit oder der Attribution können unter unterschiedlichen Perspektiven betrachtet werden: als theoretisches Modell im Grundlagenkapitel Kognitive Psychologie und Psychosomatik und in ihrer Relevanz für die Anwendung im Berufsleben in den übrigen Kapiteln.

Unsere Leserschaft besteht aus Frauen, Männern und nichtbinären Menschen. Dem tragen wir durch die entsprechende Schreibweise Rechnung.

Abschließend möchten wir uns herzlich bedanken für die wertvolle Unterstützung: Bei Frau Sabrina Hilz, die alle Tabellen und Abbildungen verfasste und ihre Kreativität bei der

Entwicklung von Cartoons zeigte. Bei Frau Gitta Winhuysen, die uns beim Korrekturlesen und beim Layout unterstützte. Bei Herrn Coch, Frau Danziger und Frau Dr. Schulz vom Springer Verlag, die uns mit Rat und Tat und Geduld zur Seite standen. Herzlichen Dank!

Bonn, Deutschland
Essen, Deutschland

Annette Boeger
Mike Lüdmann

Übung

Wählen Sie sich aus Ihrer eigenen Kindheit oder dem Jugendalter eine Entwicklungsaufgabe aus, die für Sie besonders bedeutsam war, und beschreiben Sie, wie Sie diese gelöst haben.

Beispiel: Entwicklungsaufgaben biologischen Ursprungs

Die zentralen Entwicklungsaufgaben biologischen Ursprungs sind Pubertät, Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Klimakterium und durch hohes Alter bedingte körperliche Einschränkungen. Es sind stark hormonell gesteuerte Übergangsphasen, von denen einige überwiegend das weibliche Geschlecht betreffen. So sinken etwa nach der Geburt die zuvor stark angestiegenen Hormone Östrogen und Progesteron wieder auf ein normales Niveau ab. Damit einher geht in der Regel eine leichte depressive Verstimmung, die im Volksmund „Heultage“ oder „Baby Blues“ genannt werden. Es ist ein Zustand, der auf wenige Stunden begrenzt ist. Davon zu unterscheiden ist die Wochenbettdepression oder -psychose, die eine schwerwiegende psychiatrische Erkrankung darstellt. Auch die Pubertät und das Klimakterium gehen bekanntermaßen mit mehr oder weniger starken Stimmungsschwankungen einher. Man kann davon ausgehen, dass hormonelle Umbrüche sich sowohl direkt auf die psychische Verfassung auswirken als auch von psychosozialen Faktoren (Überforderungsgefühle, Ausmaß der Beziehungszufriedenheit, Unterstützung durch Partner*in und die Familie) abgefedert oder verstärkt werden können (Kühner, 2007). ◀

1.3.2 Entwicklungsaufgaben-Modelle

Die zwei bekanntesten Modelle stammen von Havighurst und Erikson.

Der Amerikaner Robert Havighurst (1976) interviewte Amerikaner*innen aller Altersstufen zu wichtigen Einschnitten in ihrem Leben und erstellte auf dieser Basis zentrale, allgemeingültige Themen, die er als alterstypische Aufgaben, als „Entwicklungsaufgaben“ formulierte. Deutsche Forscher*innen konnten die Relevanz der Aufgaben ebenfalls für deutsche Stichproben nachweisen (Dreher & Dreher, 1985). Die Entwicklungsaufgaben wurden im Laufe der Zeit überarbeitet und ergänzt (Hurrelmann & Quenzel, 2013; Fend, 2005; Waters & Sroufe, 1983). Die Ergänzungen sind in der nachfolgenden Auflistung berücksichtigt.

Erik Erikson, ein ebenfalls berühmter Entwicklungspsychologe, entwickelte ein weiteres auf den Lebenslauf bezogenes Entwicklungsaufgabenmodell, das Parallelen zu Havighursts Konzept aufweist. Die zu bewältigenden Entwicklungsaufgaben sind jedoch globaler formuliert. Für jede Lebensphase gibt Erikson nur eine einzige Aufgabe vor, die er als Entwicklungskrise bezeichnet (Erikson, 1988). Auf beide Modelle wird im weiteren Verlauf Bezug genommen. Die folgenden Entwicklungsaufgaben betreffen den gesamten Lebenslauf.

Frühe Kindheit (0–6 Jahre)

- Fähigkeit zu laufen
- Fähigkeit, feste Nahrung aufzunehmen
- Fähigkeit zu sprechen
- Fähigkeit, die Ausscheidungsvorgänge zu kontrollieren
- Kenntnis von Geschlechtsunterschieden und Fähigkeit zum Empfinden sexueller Scham
- Bildung von Konzepten und Lernen sprachlicher Begriffe zur Beschreibung der physischen und sozialen Realität
- Entwicklung der Bereitschaft, lesen zu lernen
- Fähigkeit, zwischen Recht und Unrecht zu unterscheiden und Entwicklung eines Gewissens

Mittlere Kindheit (6–12 Jahre)

- Erlernen von Fähigkeiten, die für normales Spielen nötig sind
- Aufbau einer gesunden Einstellung zur eigenen Person als einem wachsenden Organismus
- Fähigkeit, mit Altersgleichen zurechtzukommen
- Erlernen einer passenden männlichen und weiblichen Rolle
- Entwicklung grundlegender Fertigkeiten im Lesen, Schreiben und Rechnen
- Entwicklung von Konzepten, die für das Verstehen des alltäglichen Lebens notwendig sind
- Entwicklung von Gewissen, Moral und Wertmaßstäben

Jugendalter (12–18 Jahre)

- Erreichen persönlicher Unabhängigkeit
- Entwicklung einer Einstellung gegenüber sozialen Gruppen und Institutionen
- Aufbau neuer und reifer Beziehungen zu Gleichaltrigen
- Aufbau intimer Beziehungen zu Gleichaltrigen
- Klärung der Geschlechtsrolle
- Akzeptanz der körperlichen Veränderungen und effektive Nutzung des Körpers
- Emotionale Unabhängigkeit von den Eltern und anderen Erwachsenen
- Erwerb intellektueller Kompetenzen
- Erwerb sozialer Kompetenzen
- Entwicklung eines individuellen Lebensplans
- Umgang mit Konsum und Freizeit

Frühes Erwachsenenalter (18–30 Jahre)

- Wahl einer Person für eine Liebesbeziehung
- Lernen, in einer Liebesbeziehung zu leben
- Gründung einer Familie
- Erziehen von Kindern
- Führen eines Haushalts
- Beginn des Berufslebens
- Bürgerliche Verantwortung übernehmen

Mittleres Erwachsenenalter (30–60 Jahre)

- Eigene Kinder darin unterstützen, verantwortliche und glückliche Erwachsene zu werden
- Erreichen sozialer und öffentlicher Verantwortlichkeit als erwachsene Person
- Erreichen und Aufrechterhalten befriedigender Leistungen im Beruf
- Entwicklung angemessener Freizeitaktivitäten
- Pflege der Liebesbeziehung
- Die physiologischen Veränderungen des mittleren Lebensalters akzeptieren und sich anpassen
- Anpassung an alte Eltern

Späteres Erwachsenenalter (ab 60 Jahre)

- Anpassung an das Nachlassen der Kräfte und der Gesundheit
- Anpassung an den Ruhestand und ein vermindertes Einkommen
- Anpassung beim Tod der Partner*in
- Aufbau einer expliziten Angliederung an die eigene Altersgruppe
- In flexibler Weise die sozialen Rollen annehmen und sich daran anpassen
- Aufbau befriedigender Lebensumstände

(Havighurst, 1976, S. 80 ff.).

Eriksons Acht-Stufen-Modell der Entwicklung stellt die lebenslange Entwicklung der Identität in den Mittelpunkt. Das lebenslange Suchen und Finden von Identität ist für Erikson das zentrale Thema des Menschen. Identität zu erwerben bedeutet, eine Vorstellung von sich selbst als Person zu bekommen: Wer war ich früher, wer bin ich jetzt und wer möchte ich sein? Er formuliert für jede Lebensphase ein zentrales Thema, das einen Aspekt der Identität darstellt und einen Gegensatz beinhaltet. Die einzelne Person muss eine Balance zwischen diesen gegensätzlichen Polen finden. Folgende Konflikte stellen nach Erikson (2011, S. 55 ff.) die Triebfeder für die Entwicklung dar.

<i>Säuglingsalter (1. Lebensjahr)</i>	Urvertrauen gegen Urmisstrauen: „Ich bin, was man mir gibt“.
<i>Frühe Kindheit (1.–3. Lebensjahr)</i>	Autonomie gegen Scham und Zweifel „Ich bin was ich will“.
<i>Kindheit (3.–5. Lebensjahr)</i>	Initiative gegen Schuldgefühl „Ich bin, was ich mir vorstellen kann zu werden“.
<i>Schulalter (6.–12. Lebensjahr)</i>	Werksinn gegen Minderwertigkeit „Ich bin, was ich lerne“.
<i>Jugendalter (12.–18. Lebensjahr)</i>	Ich-Identität gegen Ich-Identitätsdiffusion „Ich bin, was ich bin“.
<i>Frühes Erwachsenenalter (18.–30. Lebensjahr)</i>	Intimität gegen Isolation „Wir sind, was wir lieben“.
<i>Mittleres Erwachsenenalter (30.–60. Lebensjahr)</i>	Generativität gegen Stagnation „Ich bin, was ich bereit bin zu geben“.
<i>Hohes Erwachsenenalter (ab 60. Lebensjahr)</i>	Ich-Integrität gegen Verzweiflung „Ich bin, was ich mir angeeignet habe“.



Abb. 1.4 Trotzphase, fortgeschrittenes Stadium! (Angefertigt von Sabrina Hilz)

Die Aufgabe der ersten Phase ist die Entwicklung von Urvertrauen: Die Welt ist ein sicherer Ort, Menschen sind verlässlich und liebevoll. Diese Lebenseinstellung entsteht aufgrund eines liebevollen und zuverlässigen Elternverhaltens. Hier hat auch der Optimismus seinen Ursprung: Alles wird letztlich gut, auch wenn es gerade nicht so aussieht. In der darauffolgenden Autonomiephase beginnt das Kleinkind das Wort „Ich“ zu benutzen; es versucht, seinen eigenen Willen gegen den der Eltern durchzusetzen (s. Abb. 1.4). Erste Erprobungen des eigenen Willens äußern sich in dem zu beobachtenden sogenannten „Trotzverhalten“ und stellen einen wichtigen Schritt in der Persönlichkeitsentwicklung dar; es zeigt sich ein bedeutsamer Fortschritt in der Selbststeuerung.

Durch Konfrontation mit anderen erreicht das Kind Abgrenzung und beginnt, eine eigene Identität zu entwickeln. Das Kind exploriert mit großer Aktivität die Umwelt. Hier liegen die Wurzeln eines guten Selbstwertgefühls, wenn die Eltern das Kind bei seinem Drang, die Welt zu erobern, bestärken und nicht bei unweigerlichen Misserfolgen bloßstellen und beschämen. In der nächsten Stufe entwickelt das Kind in der Regel eine männliche oder weibliche Geschlechtsidentität. Das gleichgeschlechtliche Elternteil wird zum Vorbild, das in Phantasiespielen imitiert wird. Eltern sollten sich als Vorbild bereitstellen und das Kind nicht als Konkurrenz betrachten. In der dann folgenden Grundschulzeit erwirbt das Kind die Kulturtechniken Lesen, Schreiben und Rechnen. Das Ich wird gestärkt durch eigene Leistungen (Werksinn). Falls es entmutigt wird durch Misserfolge, die ihren Ursprung z. B. in einer Lese-Rechtschreib-Schwäche haben können, entsteht ein Minder-

wertigkeitsgefühl. Im Jugendalter wird das Identitätsthema besonders aktuell, geht es in dieser Phase doch darum, die bisherigen Erfahrungen zu einer Ich-Identität zusammenzufügen und z. B. Fragen der Geschlechtsidentität, Zukunftsplanung, Berufswahl erfolgreich zu beantworten. Nur auf der Basis einer gefestigten Identität gelingt im frühen Erwachsenenalter eine intime, vertrauensvolle Beziehung, in der ein sich Öffnen und sich im anderen Verlieren und Wiederfinden möglich wird. Das weitere Erwachsenenalter ist von einer Fülle neuer Rollen (Elternrolle, Großelternrolle, Partner*in sein, Berufskolleg*in sein) geprägt und schafft somit neue Identitäten wie z. B. die Mutter- oder Vateridentität. Mit Generativität stellt Erikson die Elternidentität in den Mittelpunkt dieser Phase, wobei dieses Merkmal ganz allgemein als Weitergabe von Wissen und Erfahrung an nachfolgende Generationen von ihm gesehen wird. Im hohen Alter ist das Ziel ein Aussöhnen mit dem bisherigen Leben und eine daraus folgende Lebenszufriedenheit. Andernfalls entsteht Verbitterung.

Es ist sicher richtig, dass viele Menschen des westlichen Kulturkreises ähnlich wie soeben beschrieben ihren Lebensweg durchlaufen. Sie gewinnen Selbstvertrauen, das sie benötigen, um sich abzulösen und ihren eigenen Weg zu gehen. Sie erwerben vielfältige Kompetenzen, gehen eine Liebesbeziehung ein und bekommen Kinder. Später werden sie Großeltern und genießen nach einem langen Berufsleben ihr Rentner*innendasein. Kritisch ist aber anzumerken, dass Entwicklungsaufgabenmodelle normativ sind, weil sie davon ausgehen, dass alle Menschen die beschriebenen Stufen durchlaufen. Abgesehen von gravierenden kulturellen Unterschieden unterscheiden sich aber auch Menschen derselben Kultur hinsichtlich ihrer Persönlichkeit, ihrer sozialen und zeitgeschichtlichen Rahmenbedingungen, die Entwicklungsoptionen einschränken können. Insbesondere zu Havighursts Zeiten waren alternative Lebensmodelle (z. B. homosexuelle Ehen, homosexuelle Elternschaft, multiple Elternschaft, drittes Geschlecht) weder denkbar noch erlaubt. Deshalb bedarf dieses Modell in einigen Aspekten der Erweiterung.

Exkurs: Kulturelle Werthaltungen beeinflussen die individuelle Identität!

Eine bedeutende Dimension, auf der sich Kulturen unterscheiden, ist die des Individualismus und Kollektivismus.

Die kollektivistische Kultur bewertet die Gruppe höher als das Individuum. Die Aufgabe an das Individuum lautet: „Füge Dich ein und verhalte Dich gemäß unseren Regeln. Unterstütze Deine Gruppe und denk an Dich selbst zuletzt. Bleib bei Deinem sozialen Umfeld und setze Dich für es ein. Zuerst kommt die Gruppe (die Familie), dann erst Du.“

In der individualistischen Kultur zählen das Individuum und seine Selbstverwirklichung am höchsten. Sie gibt die Aufgabe an das Individuum: „Hebe Dich ab von anderen, sei einzigartig, trenne Dich vom sozialen Umfeld, realisiere Deine Fähigkeiten, verfolge Deine Ziele, verwirkliche Dich selbst.“

(Tesch-Römer & Albert, 2018). ◀

Übung

Reflektieren Sie, welche Werthaltung in Ihrer Herkunftsfamilie vorherrschend war. Galten eher kollektivistische oder individualistische Werte? Sammeln Sie Pro- und Kontra-Argumente für beide Werthaltungen.

Zusammenfassung

Das Konzept der Entwicklungsaufgaben strukturiert den menschlichen Lebenslauf. Entwicklungsaufgaben sind relevante Aufgaben, die jeweils bestimmten Altersphasen zugeordnet sind; ihre erfolgreiche Bewältigung treibt die individuelle Entwicklung voran und ermöglicht das Eintreten in die nächstfolgende Lebensphase.

Aufgaben

- Definieren Sie, was eine „Entwicklungsaufgabe“ ist. Nennen Sie zwei Entwicklungsaufgaben Ihrer eigenen derzeitigen Lebensphase des frühen Erwachsenenalters und führen Sie diese näher aus.
- Wählen Sie eine Entwicklungsaufgabe aus Ihrer eigenen Jugend oder aus ihrer jetzigen Lebensphase des frühen Erwachsenenalters, die eine besondere Herausforderung für Sie dargestellt hat bzw. darstellt. Beschreiben Sie diese und reflektieren Sie, warum diese für Sie besonders schwierig ist bzw. war.

*Liebe Leser*innen!*

Nach der Devise „Weniger ist mehr“ werden im Folgenden exemplarisch drei Entwicklungsaufgaben aus drei Lebensphasen vorgestellt. Sie umfassen alle Aspekte der Entwicklung (emotional, körperlich, sozial und kognitiv):

- *die Entwicklungsaufgabe des Bindungsaufbaus in der frühen Kindheit (in Abschn. 1.4)*
- *die Entwicklungsaufgabe der Akzeptanz des eigenen Körpers im Jugendalter (in Abschn. 1.5)*
- *die Entwicklungsaufgabe der Bewältigung altersbedingter Defizite im hohen Alter (in Abschn. 1.7).*

1.4 Bindungsaufbau: eine Entwicklungsaufgabe der frühen Kindheit

Ferkel schlich sich von hinten an Pu heran. „Pu!“, flüsterte es. „Ja, Ferkel?“ „Ach, nichts“, sagte Ferkel und nahm Pus Tatze. „Ich wollte nur sicher sein, dass Du da bist.“ (A. A. Milne: Pu, der Bär)

Tab. 1.1 Themen (Aufgabenbereiche) in der frühen Entwicklung. (Waters & Sroufe, 1983, S. 85)

Alter (in Monaten)	Thema (Aufgabenbereich)	Aufgabe der Bezugsperson
0–3	physiologische Regulation	behutsame Pflegeroutinen
3–6	Handhabung von Spannungen	sensitive, kooperative Interaktion
6–12	Aufbau einer effektiven Bindung (attachment)	Erreichbarkeit, Bereitschaft zu antworten
12–18	erfolgreiche Exploration	sicherer Bezugspunkt
18–30	Individuation (Autonomie)	nachhaltige Unterstützung
30–54	Handhaben von impulsiven Regungen, Geschlechts-Rollenidentifikation, Beziehung zu Gleichaltrigen	klare Rollen und Werte, flexible Selbstkontrolle

Die frühe Kindheit enthält – wie alle anderen Lebensphasen - Aufgaben, die eine Bewältigung erfordern. Die amerikanischen Entwicklungspsychologen Waters und Sroufe (1983) haben eine Auswahl relevanter Entwicklungsaufgaben der frühen Kindheit getroffen, die differenzierter sind, als die von Havighurst aufgeführten Aufgaben dieser Phase; sie nehmen besonderen Bezug auf die emotionale Entwicklung und führen darüber hinaus die entsprechenden entwicklungsadäquaten Reaktionen der erwachsenen Bezugspersonen auf. Somit werden sie einer interaktionistischen, d. h. einer Sichtweise der wechselseitigen Beeinflussung, gerecht (vgl. Tab. 1.1).

1.4.1 Frühe Kindheit aus sozial-emotionaler Perspektive: Die differenzierte Interaktion zwischen Kind und Eltern

Im ersten Lebensjahr vollziehen sich bedeutende Schritte in der körperlichen, aber auch in der sprachlichen, sozialen, kognitiven und emotionalen Entwicklung. Nie mehr im Leben entwickelt und verändert sich der Mensch so stark wie in dieser Zeit. Die Entwicklung der Bindung gehört in den sozial-emotionalen Bereich.

Der Mensch kommt als beziehungsfähiges Wesen auf die Welt und ist auf den Austausch mit einer oder mehreren Bezugspersonen angewiesen. Die wesentlichen Schritte in der Persönlichkeitsentwicklung in der Kleinkindphase sind der Aufbau von Bindung und die sich daran anschließende Entwicklung von Autonomie.

Der Säugling ist bereits mit zahlreichen sozial-emotionalen Kompetenzen ausgestattet. So sendet er seinen Bezugspersonen eine Vielzahl an Signalen zur Beziehungsaufnahme. Auf diese Schlüsselreize wie Lächeln, Weinen oder Saugen reagieren die Eltern mit „intuitiver, elterlicher Didaktik“. Sie gehen mimisch, gestisch und stimmlich auf die Befindlichkeit und Interaktionsbereitschaft des Säuglings ein und beantworten sie mit zahlreichen unterstützenden Verhaltensweisen. Damit regulieren sie die kindlichen Emotionen. In unbekanntem Situationen orientieren sich schon wenige Monate alte Säuglinge durch Blickzuwendungen zur Bezugsperson an dieser und ahmen sie nach. Dieses Verhalten, das

man soziale Rückversicherung nennt, nimmt in der frühen Entwicklung eine zentrale Rolle bei der Integration neuer Erfahrungen ein.

Umgekehrt steuert und reguliert aber auch der Säugling das elterliche Verhalten, indem er positive Rückkopplungssignale aussendet wie zum Beispiel Lächeln, Anschmiegen oder ruhige Lautäußerung als Antwort auf elterliche Interventionen. Er wird damit zur Quelle positiver emotionaler Erlebnisse bei den Eltern. Bei dem sozialen Lächeln, das ab der 6. Lebenswoche zu beobachten ist, nimmt das Kind einen intensiven Blickkontakt zu seiner Bezugsperson auf; die Mimik der Bezugsperson wird zu einer wichtigen Informationsquelle über ihre emotionale Gestimmtheit. Im Rahmen der Bindungstheorie wird das soziale Lächeln des Säuglings als aktives Beziehungsherstellen und -vertiefen interpretiert. Der Säugling ist physiologisch gesehen eine Frühgeburt. Er ist zu einem Zeitpunkt sozialen Einflüssen ausgesetzt, wo er eigentlich von seiner biologischen Ausstattung her noch den intrauterinen Schutz brauchen würde. Das Beziehungsherstellen hilft ihm deshalb – evolutionsbiologisch gesehen –, sein Überleben zu sichern.

Indem die Eltern alles tun, um beim Säugling positive Emotionen wie zum Beispiel das Lächeln hervorzulocken, richten sie sich intuitiv an den Bedürfnissen des Kindes aus und fördern hiermit auch sein Lernverhalten, denn erfolgreiches Lernen geht mit positiven Emotionen einher (Abb. 1.5).

Eine weitere Kompetenz des Säuglings ist, dass er bereits emotionsauslösende Situationen ohne Mithilfe der Bezugspersonen bewältigen kann. Dies geschieht durch Selbstberuhigungsstrategien wie Nuckeln am Daumen, Haare drehen oder Blickabwendungsbewegungen bei Müdigkeit, Frustration oder Angst. Waters und Sroufe (1983) bezeichnen diese Strategien als Handhabung von Spannungen (vgl. Tab. 1.1). Bereits Säuglinge unterscheiden sich voneinander hinsichtlich ihrer Fähigkeit, Selbstberuhigungsstrategien anzuwenden.

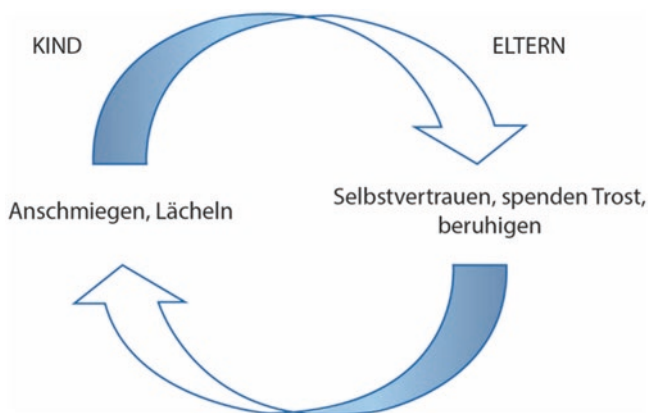


Abb. 1.5 Engelskreis: Eltern und Kind verstärken sich gegenseitig: es entsteht eine enge, positive Beziehung. (Angefertigt von Sabrina Hilz)